

APPROCHE MULTISENSORIELLE DE LA
MATERNITÉ

TASTE OF FUSION LEARNING

JUILLET 2021

UN
PARTENARIAT
ENTRE :



élan interculturel



FINANCÉ PAR :



Cofinancé par le
programme Erasmus+
de l'Union européenne



Taste
OF FUSION LEARNING

INTRODUCTION

Sensibiliser les futures mamans au développement des 5 sens du bébé est une manière sensible et ludique de préparer l'arrivée de l'enfant. Cette approche peut renforcer le lien de la mère à son enfant et permettre de la sensibiliser aux questions liées à la santé de l'enfant. Elle peut en particulier être utilisée par les sages-femmes ou infirmier.es puériculteur.ices auprès de futurs ou jeunes parents.

Attention, notre objectif n'est pas de substituer cette méthode à celle de l'apprentissage plus "classique" mais bien d'enrichir les possibilités d'enseignement à disposition des professionnel.les et de leurs publics.

SOMMAIRE

<u>Introduction</u>	p 3
<u>Maternité et migration - accueillir les femmes en parcours de migration</u>	p 6
<u>La Méthode multisensorielle adaptée aux publics vulnérables</u>	p 7
 <u>Les Activités</u>	 p 10
• Introduction à la méthode multisensorielle	p 11
• Fais ton GIF	p 20
• Ma nouvelle ville en argile	p 22
• Diversification alimentaire	p 25
• Théâtre Forum - Digital	p 28
• Allaitement	p 31

MATERNITÉ ET MIGRATION : ACCUEILLIR LES FEMMES EN PARCOURS DE MIGRATION

La maternité est une expérience particulière accompagnée de nombreux challenges qu'un bon accompagnement permet de vivre sereinement. Toutefois, de nombreuses femmes ne se trouvent pas dans des conditions optimales pour vivre cette période et se trouvent plus vulnérables que d'autres. Dans ce cas, les femmes migrantes et immigrées nécessitent une attention adaptée à leurs conditions de vie et difficultés propres de la part des professionnel.les. Soumises à des situations de stress chronique (elles ne savent pas toujours où dormir, ni si elles pourront manger le soir etc.), elles représentent un public particulier auprès duquel les professionnel.les doivent adapter leur posture.

Les ateliers qui vont vous être proposés sont le fruit d'une collaboration entre Véronique Boulinguez (sage-femme, Paris), Monika Menant (IDE Puéricultrice, Paris) et l'équipe de l'association Elan Interculturel. Après avoir observé que les femmes migrantes étaient plus sujettes à arrêter l'allaitement prématurément ou à être porteuses d'idées erronées sur la qualité de leur lait maternel, nous proposons de travailler avec ces femmes afin de leur apporter un accompagnement suffisant à leur bien-être et à celui de leur(s) enfant(s) ou futur(s) enfant(s). Cette démarche entre dans le cadre des recommandations gouvernementales sur les 1000 premiers jours du nourrisson qui rappellent que la précarité sociale, le stress et l'entourage de la mère ont des effets directs sur le développement du cerveau du nourrisson. Le but de ces ateliers est alors double :

- Transmettre des connaissances sur la maternité, en particulier sur le développement des sens du nourrisson et de ses besoins alimentaires
Par exemple : corriger l'idée selon laquelle le lait maternel serait "trop peu nourrissant" en raison d'une alimentation maigre ou peu variée en rappelant qu'il est normal que le lait soit composé en majeure partie d'eau et qu'il participe à la protection du nourrisson en lui transmettant les anticorps fabriqués par le corps de la mère contre les germes extérieurs.
- Favoriser l'apprentissage de la langue (ici française) pour les personnes dont ce n'est pas la langue maternelle

Les objectifs de cet apprentissage doivent être clairs : transmettre un vocabulaire pratique pour aider au suivi médical ; transmettre un savoir précis sur la grossesse etc. Il faut garder à l'esprit qu'assimiler la langue simultanément à d'autres informations peut être difficile.

LA MÉTHODE MULTISENSORIELLE ADAPTÉE AUX PUBLICS VULNÉRABLES

La méthode multisensorielle propose une pédagogie non-formelle autre que celle de l'élève statique face à l'enseignant.e déclamant son savoir . Elle permet de plus facilement capter l'attention d'un public en proie à beaucoup de stress, de pensées parasites ou peu familier à l'enseignement formel. En expérimentant les connaissances par le biais d'exercices ludiques stimulant les cinq sens, l'attention des apprenant.es est plus facilement mobilisée, tandis que les apprenant.es apprenent tout en s'amusant (le rire est très efficace dans le processus d'apprentissage en tant que stimulant de la mémoire émotionnelle).

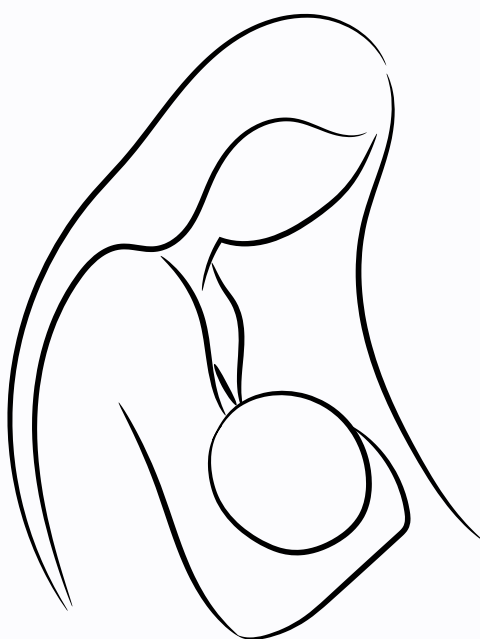
Précautions particulières :

- Être à l'écoute et repérer les participantes le plus en difficulté (barrière de la langue) et celles plus réceptives qui pourront venir en aide aux premières
- Entretenir une atmosphère bienveillante (accueillir les apprenant.es) et garder une certaine souplesse : ne pas s'énerver lorsqu'une élève quitte le cours, elle a souvent de bonnes raisons
- Ne pas infantiliser les apprenant.es et prendre en compte leur stress omniprésent
- Adapter ses conseils aux conditions de vie du public (dans le cas de la diversification alimentaire, rien ne sert de conseiller des recettes de cuisine à ces femmes qui n'ont pas accès à une cuisine, mieux vaut s'adapter aux produits qu'elles achètent)
- Informer les apprenant.es de leurs droits et préciser où trouver des ressources (aides matérielles, logements etc.)

CONSEILS

- Rechercher le rire en même temps que l'apprentissage (pour ces femmes immigrées, c'est aussi l'occasion de s'éloigner temporairement des difficultés du quotidien)
- Essayer de "faire groupe" et créer une dynamique de groupe (rompre l'isolement des femmes migrantes et leur laisser le temps d'apprendre à se connaître et d'échanger entre elles)
- Se renseigner sur leurs pays d'origine afin de pouvoir s'appuyer sur celles connaissant mieux la langue française capables de traduire aux autres si besoin
- Faire des va-et-vient entre leurs connaissances et la vôtre (porter attention aux différences culturelles)
- Prévoir une garderie pour enfants afin de rendre plus disponibles les mères le temps de l'atelier (ne pas être rigide et laisser les enfants venir si ils ou elles le souhaitent)
- Clore l'atelier par une restitution collective des sujets abordés durant l'événement

LES ACTIVITÉS



INTRODUCTION À LA MÉTHODE MULTISENSORIELLE

OBJECTIFS

- Sensibiliser des femmes immigrées enceintes (et/ou ayant des enfants en bas âge) au développement sensoriel du fœtus et du nouveau-né à travers la pédagogie multisensorielle
- Apprendre comment se développent les cinq sens du bébé in utéro
- Stimuler l'apprentissage de la langue française à travers la méthode multisensorielle
- Renforcer l'apprentissage par la mobilisation des cinq sens

MATERIEL

- Dessins ou images mettant en scène des bébés dans le ventre qui sont attentifs aux stimuli internes et externes
- Tableau (ou une grande feuille à accrocher au mur)
- Feutre Velléda (ou markers)
- Perception visuelle : images d'illusions d'optique
- Perception du toucher : un sac contenant des matériaux et objets aux textures différentes (ex : des fournitures de bureau en métal, un fruit, une petite figurine de porcelaine, du papier ponce, du coton etc.)
- Perception olfactive : des flacons contenant chacun une odeur différente (vous pouvez utiliser le jeu du « loto des odeurs », ou créer vos propres pots opaques et couverts avec des contenus assez odorants : café, agrumes, lavande, menthe, chocolat, épices, parfum, etc.)
- Perception gustative : des préparations avec différentes saveurs : acide (jus de citron), sucrée (bonbon), salée (chips) et amère (jus de pamplemousse)
- Perception auditive : une enceinte, un ordinateur ou téléphone portable sur lequel sont stockés différents types de sons (les vagues de la mer, le tonnerre, l'éclat de rire d'un bébé, le bruit de la pluie, le ronronnement d'un chat - éviter les sons trop stressants). Il existe de nombreux sites internet pour télécharger des bruitages gratuitement ou vous pouvez en trouver directement sur YouTube (créer une playlist de bruitages pour les garder prêt à disposition).

- Disposez dans des bols de petites portions de chips, de bonbons et des coupelles de citrons
- Préparez du jus de pamplemousse dans des verres en plastique
- Assurez-vous qu'il y ait bien 7 sons différents à diffuser
- Disposez dans au moins 5 flacons différentes odeurs (café, menthe, parfums, crème, etc.)

- Invitez les participantes à s'asseoir en cercle
- Invitez les à se présenter à tour de rôle (prénom et culture d'origine)
- Écrire au tableau le prénom de chaque participante
- Expliquez aux participantes que vous allez leur faire découvrir des images, des textures, des odeurs, des sons, des goûts (par catégories sensorielles) dont elles vont devoir deviner le nom, l'origine ou la nature juste après.

Première étape : L'odorat

Stimulez le sens de l'odorat en invitant les participantes à sentir chaque flacon en fermant bien les yeux

- En passant devant chaque participante, invitez-les à deviner les différentes odeurs contenues dans chaque flacon.
- Un·e des animateur·ices écrit au tableau le nom de l'odeur devinée par chaque participante
- Après stimulation de l'odorat, une des sages-femmes explique à quel moment de la vie du bébé in utéro l'odorat se développe



Connaissances sur l'odorat pour le bébé :

L'odorat est un des premiers sens à se développer (probablement après le toucher). Le fœtus mémorise l'odeur du liquide amniotique de sa mère. À la naissance, cette odeur va le guider vers le sein car l'aréole du sein (surface ronde qui entoure le mamelon) dégage une odeur similaire.

Bon à savoir : Une maman qui mange beaucoup de curry aura un liquide amniotique qui dégage une odeur de curry, ça n'a aucun impact négatif sur la santé de l'enfant.

Deuxième étape : Le goût

Stimulez le sens du goût en invitant les participantes à goûter les yeux fermés l'une des préparations.

- Une étape à ne pas manquer au tout début : informez-vous sur les allergies et intolérances alimentaires des participantes !
- Puis une personne après l'autre, invitez-les à deviner les ingrédients que vous leur faites goûter.
- Pour aller plus loin vous pouvez leur demander quelle est la saveur des différentes préparations (sucré, salé, acide, amer)
- Un·e des animateur·ices écrit au tableau le nom du goût deviné par chaque participante
- Après stimulation du goût, une des sages-femmes explique à quel moment de la vie du bébé in utéro le goût se développe
- Ce peut être aussi l'occasion d'engager une discussion sur l'alimentation pendant la grossesse et les contre-indications alimentaires pour les femmes enceintes.



Connaissances pour le goût du bébé :

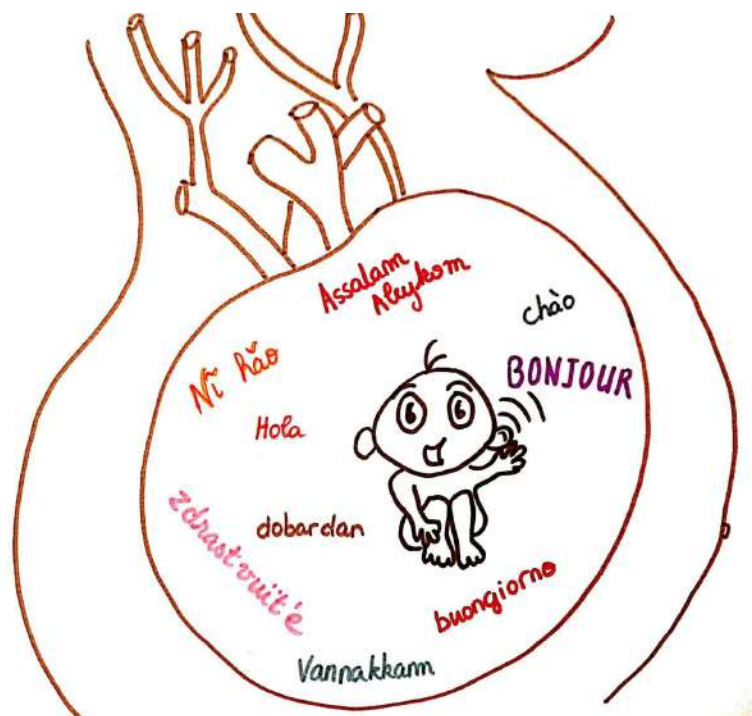
Le goût du bébé est fonctionnel dès le troisième mois de grossesse. Le fœtus avale en général un peu de liquide amniotique et en découvre le goût qui varie en fonction parfois en fonction de l'alimentation de la mère. Il peut distinguer très tôt les 4 saveurs : sucrée, salée, amère et acide avec une attirance générale pour le goût sucré.

À ce moment, n'hésitez pas à faire de la prévention sur les consommations d'alcool, de tabac et de médicaments de la mère. Le fœtus y est très sensible et cela peut affecter son développement.

Troisième étape : L'ouïe

Stimulez le sens de l'ouïe en invitant les participantes à écouter différents sons

- Invitez-le groupe de participantes à deviner la nature de chaque son que vous diffusez
- Un-e des animateur·ices écrit au tableau le nom du son deviné par chaque participante
- Après stimulation de l'ouïe, une des sages-femmes explique à quel moment de la vie du bébé in utéro l'ouïe se développe.
- Vous pouvez aussi faire un lien entre la musique et le bien-être du bébé



Connaissances sur l'ouïe du bébé :

L'ouïe se développe dès le cinquième mois de grossesse. Le fœtus peut distinguer différents sons dont certains bruits internes, tels que les battements de cœur de la mère ou ses bruits digestifs. Il entend également certains bruits externes comme les voix ou les bruits de l'environnement modifiés par la présence du liquide autour de lui. L'enfant se familiarise avec les voix de ses parents, tandis que les bruits forts et secs peuvent le faire sursauter.

Vous pouvez encourager l'écoute de musique calme pour apaiser l'enfant lorsqu'il est agité.

Connaissez-vous la « bola » ?

Pendant nos différents ateliers, nous avons découvert la « bola » de grossesse qui est un bijou sonore indonésien. Au bout d'une longue chaîne qui tombe jusqu'au ventre, il y a une boule dans laquelle se trouvent des billes de cuivre, qui vont s'entrechoquer et produire un son au gré des mouvements de la femme enceinte. Au-delà du rôle protecteur qu'on lui prête en Indonésie, le bruit de grelot permet de bercer et d'apaiser le bébé dans le ventre. À la naissance on peut accrocher le pendentif à la poussette ou au doudou de l'enfant.

Quatrième étape : La vue

Stimulez le sens de la vue en invitant les participantes à regarder différentes images d'illusions d'optique

- Invitez-les à décrire ce qu'elles perçoivent. Puis dans un second temps, indiquez-leur les failles de nos observations :

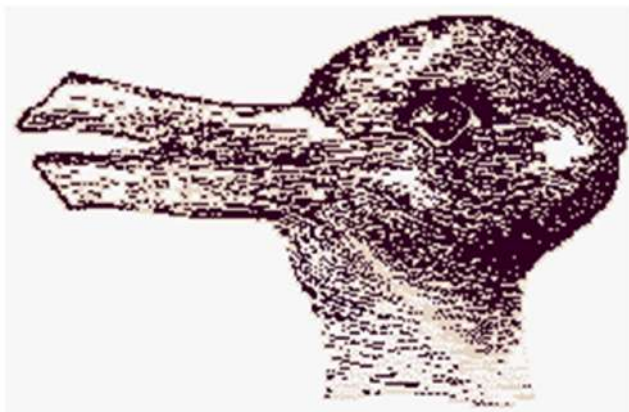
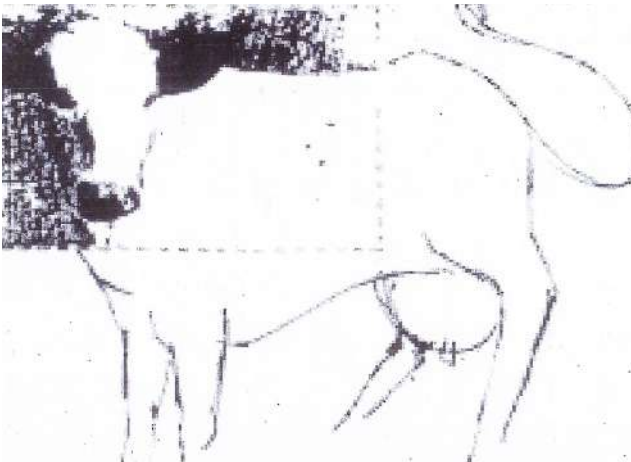


Image 1 : Canard-lapin. L'idée de cette image est de montrer que l'on s'arrête assez naturellement à la première interprétation de ce que l'on observe et que trouver les différentes figures contenues en une seule image est un exercice pour le cerveau.



Image 2 : La vache. D'abord ne montrez que la première image : qu'est-ce que vous voyez ? Le cerveau n'aime pas trop le désordre et ce qui ne fait pas sens. C'est pourquoi même dans des tâches aléatoires nous arrivons à percevoir des images (exemple : des nuages dans lesquels nous percevons des formes).



- Ensuite, faites des aller-retours entre les deux images pour montrer aux participantes que lorsque l'on a tout le contexte, il est plus aisé de percevoir la réalité.

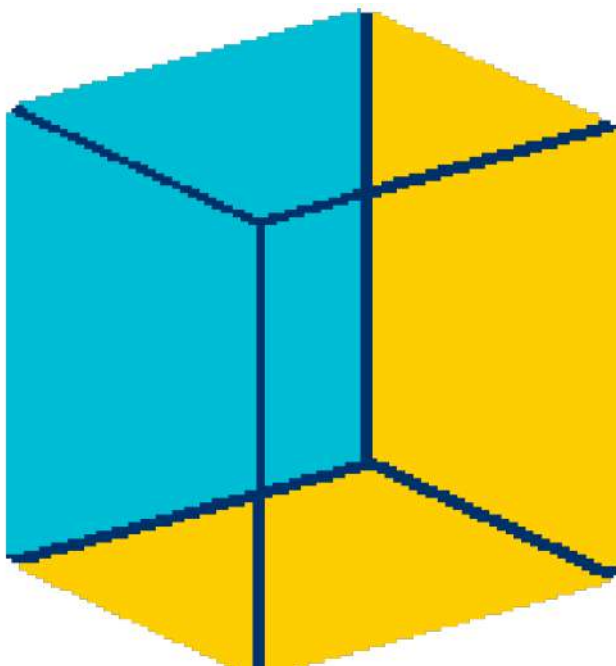


Image 3 : Cube : imaginez la face bleue à l'avant puis à l'arrière du cube. Il est difficile, voire désagréable pour le cerveau de modifier son point de vue. Le changement nous demande toujours un peu d'efforts.

- Un·e des animateur·ices écrit au tableau ce que chacune a perçu pour apprendre de nouveaux mots en français
- Après stimulation de la vue, un·e des sages-femmes ou des facilitateur·ices explique à quel moment de la vie du bébé in utéro la vue se développe
- Si le niveau de langue des participantes vous le permet, vous pouvez aussi les sensibiliser aux questions des points de vue et des biais présents dans nos observations du réel, notamment dans la rencontre interculturelle (le fait de s'arrêter à nos premières impressions sur une personne, par exemple)

Connaissances sur le sens de la vue pour le bébé :

Dans le ventre de la mère, la vision est le sens le moins stimulé pour le fœtus. Elle se développe alors peu. Il n'est en mesure de voir qu'à partir du septième mois. La lumière ne parvient pas jusqu'à lui dans l'utérus, freinée par la peau, les muscles et les vêtements de la mère. De plus, l'endroit est très étroit et ne lui permet de voir qu'à quelques centimètres de son visage. Dès la naissance, il peut voir clairement jusqu'à 30-50 cm et est attiré par les contrastes de couleurs (noir / blanc), c'est pourquoi l'aréole du sein devenue plus foncée pendant la grossesse l'aide à trouver plus facilement le sein (en plus de l'odeur qu'il dégage).

Cinquième étape : Le toucher

Stimulez le sens du toucher en invitant les participantes à toucher différentes textures

- L'une après l'autre, les participantes touchent un objet inconnu à l'aveugle (soit elles ont les yeux fermés, soit vous leur passez l'objet derrière le dos). Quand tout le monde a pu toucher l'objet, vous pouvez leur demander quel objet elle pense avoir touché.
- Pour aller plus loin, invitez-les à nommer les textures de chaque matériel touché (doux, lisse, râpeux, granulé, froid, chaud, mou, dur, etc.)
- Un·e des animateur·ices écrit au tableau le nom des objets et de la texture devinée par chaque participante
- Après stimulation du toucher, une des sages-femmes explique à quel moment de la vie du bébé in utéro le toucher se développe



Connaissances sur le toucher chez le bébé :

Le premier sens à se développer du fœtus est le toucher. En baignant dans un liquide chaud, le fœtus reçoit les messages sensoriels venant de l'extérieur. Il cherche le contact de la main sur le ventre, ou à l'inverse la fuit. Les corps de l'enfant et de la mère communiquent en permanence de façon directe.

Au quatrième mois de grossesse, la mère peut sentir les premiers mouvements du bébé. C'est une expérience qui peut être assez déstabilisante : se sentir « habitées » par un être qui bouge à l'intérieur de son ventre. On peut prendre le temps de faire des exercices pour ressentir le bébé, noter sa présence et ses mouvements et développer la conscience corporelle de la maman. L'idée est que s'il n'y a pas de connexion émotionnelle avec l'enfant ou que celle-ci est difficile, vous pouvez les accompagner vers une connexion physique et sensorielle sans culpabiliser la maman.

Sixième étape : Le récapitulatif du vocabulaire

C'est le moment de relire tous les mots que vous avez notés au tableau. Soit vous les lisez ensemble et vous vous assurez que tout le monde se souvienne de ce dont il s'agit (montrez pour chaque mot l'objet qui lui est associé).

Soit vous créez un jeu de devinettes : une participante est mise à part par l'animateur.ice. Cette dernière lui donne un mot de la liste à faire deviner au reste du groupe : elle peut mimer le mot dont il s'agit pour le faire deviner au groupe, ou, si le niveau de langue le permet, elle peut donner une définition du mot qui permet au groupe de l'identifier. Applaudissez chaque personne qui réussit à deviner le bon mot.

Finir l'exercice

Proposez aux participantes de poser des questions, de partager des expériences personnelles concernant la stimulation de différents sens du bébé in utéro ou du nouveau-né

CONSEILS POUR LE OU LA FACILITATEUR·ICE

- N'hésitez pas à maintenir l'exercice plus longtemps si la participante n'identifie pas ou difficilement le matériel sensoriel
- Les animateur-ices peuvent aussi se prêter aux jeux pour rendre l'activité plus dynamique et plus interactive
- Ce n'est pas grave si les participantes ne devinent pas de quel matériel il s'agit, les autres pourront l'aider à le découvrir
- Écrivez tous les mots sur un tableau pour permettre aux participantes de mieux les visualiser

FAIS TON GIF

OBJECTIFS

- Développer des compétences digitales pour les femmes primo arrivantes
- Aider ces femmes à intégrer des outils de leurs téléphones et à développer la communication
- Stimuler le travail collaboratif
- Échanger des connaissances utiles par rapport aux techniques d'allaitement et à la nutrition du bébé

MATERIEL

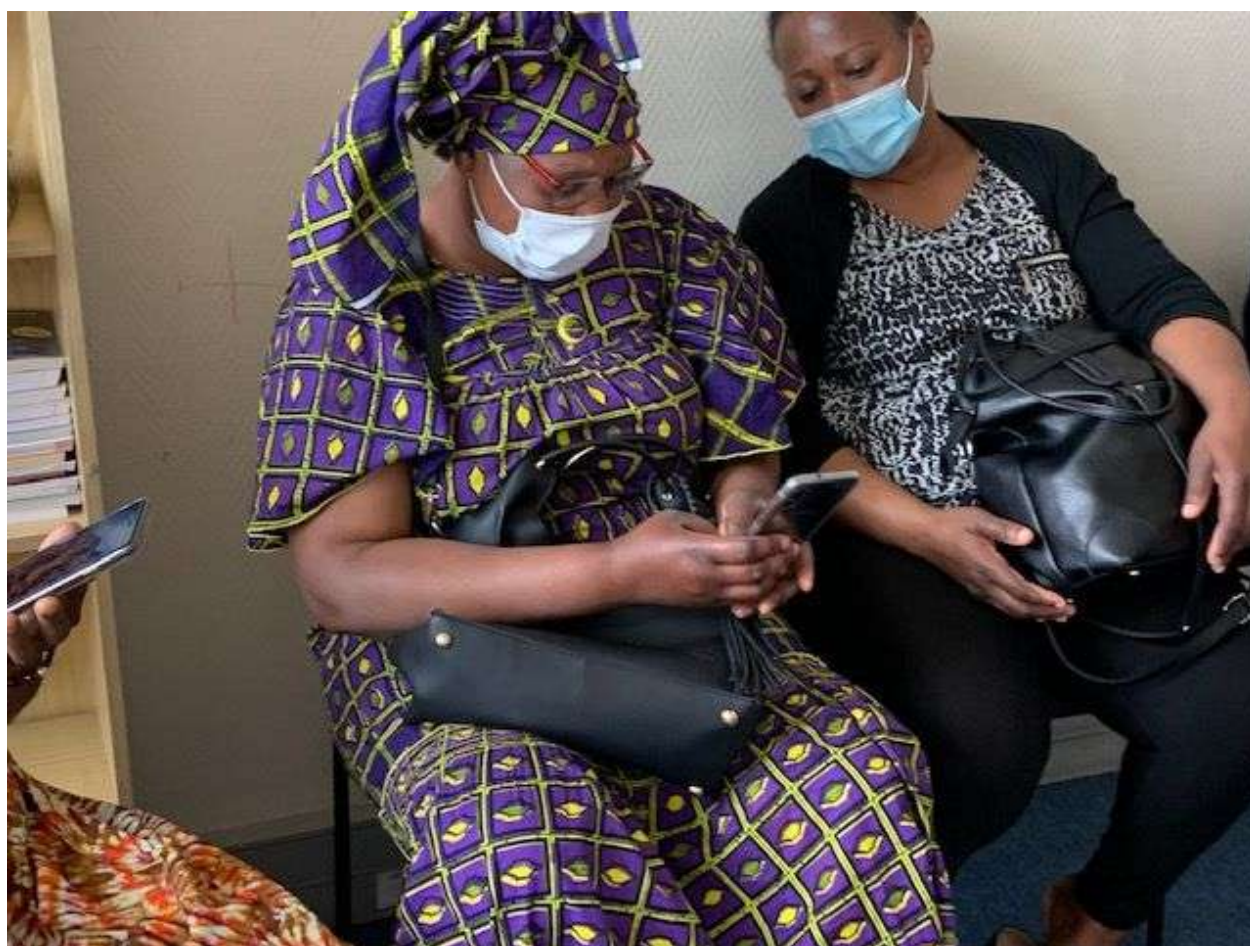
- Smartphones avec une application de type Boomerang ou GIF Maker
- Une table
- Des chaises
- Un tableau ou paperboard

Disposez les chaises en cercle, placez une table au centre, posez tout le matériel au milieu de la table.

1. Invitez les participantes à s'asseoir
2. Marquez le nom de l'application au tableau et invitez les participantes à la télécharger
3. Demandez aux participantes quelles positions d'allaitement celles-ci connaissent.
4. Invitez en une à mimer la position pendant que les autres utilisent l'application pour en faire un GIF.
5. Montrez les différents GIFs créés aux participantes.
6. Recommencez pour chaque posture d'allaitement.
7. Expliquez les avantages et inconvénients des différentes postures.
8. Une fois les participantes familiarisées avec l'application, montrez comment exporter et envoyer les GIFs via le téléphone portable.
9. Invitez les à partager leurs GIFs de façon à ce que chacune ait des outils pour les futurs allaitements.
10. Envoyez les GIFs à toutes les participantes pour qu'elles se servent des informations.

CONSEILS POUR LE OU LA FACILITATEUR·ICE

Vous pouvez adapter cette activité à toute information visuelle que vous souhaitez transmettre. Par exemple : Postures pour tenir le bébé, pour le porter sur le ventre ou le dos, geste pour faire son rot...



MA NOUVELLE VILLE EN ARGILE

OBJECTIFS

- Développer des repères spatiaux liés au territoire d'accueil pour les femmes primo arrivantes
- Aider ces femmes à intégrer un nouveau contexte culturel
- Stimuler le travail collaboratif
- Échanger des connaissances utiles par rapport à la ville d'accueil et aux ressources (dont l'alimentation) qui s'y trouvent

MATERIEL

- Papier Flipchart
 - Marqueurs
 - Crayons
 - Argile
 - Pâte à modeler
 - Laine
 - Papier aluminium
 - Fil de fer
 - Colle
 - Autres matières premières que l'on souhaite proposer...
-
- Disposez les tables en rectangle de façon à obtenir une grande table
 - Placez tout autour de cette table des chaises sur lesquelles s'installeront les participantes
 - Posez tout le matériel au milieu de la table

Invitez les participantes à s'asseoir autour de la table.

Première étape : intégrer les repères spatiaux de la ville d'accueil

- Définissez les points cardinaux (Nord, Sud, Est, Ouest) sur le papier Flipchart.
- Marquez un repère que toutes les femmes connaissent (par exemple un monument historique, une rivière qui traverse la ville, etc.).
- Demandez aux participantes d'identifier un endroit (architecture, monument, musée, quartier, environnement, parc, etc.) qu'elles apprécient dans la ville d'accueil.
- Demandez aux participantes de représenter, de recréer à l'aide du matériel à disposition l'endroit qu'elles ont identifié dans cette ville.
- Invitez les participantes à placer sur le plan de la ville (le flipchart) les différentes créations artistiques qui représentent les endroits qu'elles apprécient.
- Dans le cas où elles ne parviennent pas à repérer l'endroit sur le plan pour y placer l'objet créé, proposez-leur de rechercher l'adresse sur un appareil de géolocalisation (sur internet ou sur une application) à l'aide du nom du lieu. Une fois que l'adresse est trouvée sur le gps, aider les participantes à placer l'endroit sur le papier flipchart.
- Marquez sur un petit morceau de papier ou de carton le nom et l'adresse qui indique l'endroit choisi.
- Laissez les participantes s'approprier la carte et la rendre vivante, en ajoutant si elles le souhaitent des éléments de décors (métros, voitures...).

Deuxième étape : repérer les lieux fournissant des denrées abordables ou proposant des aides alimentaires dans la ville d'accueil

- Aidez les participantes à identifier un endroit dans la ville d'accueil où elles peuvent manger pour peu cher, acheter des produits typiques, manger à l'extérieur pour pique-niquer, manger gratuitement dans les milieux associatifs...
- Demandez aux participantes de représenter, de recréer à l'aide du matériel à disposition l'endroit qu'elles ont identifié.
- Invitez les participantes à placer sur le plan de la ville (sur le flipchart) les différentes créations artistiques qui représentent cet endroit.
- Si jamais elles ne parviennent pas à repérer l'endroit sur le plan pour y placer l'objet créé, proposez-leur de rechercher l'adresse sur un appareil de géolocalisation (sur internet ou sur une application) à l'aide du nom du lieu. Une fois que l'adresse est trouvée sur le gps, aidez les participantes à placer l'endroit sur le papier flipchart pour qu'elles se familiarisent aux repères spatiaux donnés par la carte.
- Marquez sur un petit morceau de papier ou de carton le nom et l'adresse qui indiquent l'endroit choisi et les services proposés par cet endroit qui permettra d'enrichir le plan de la ville.

Finir l'exercice

- Prenez en photo le rendu (les créations des participantes posées sur le plan de la ville).
- Envoyez les photos à toutes les participantes pour qu'elles se servent des informations.
- Possibilité d'imprimer la photo puis de la distribuer dans différents centres d'accueil pour que les animateur·ices et les travailleur·euses sociaux puissent également s'en servir.

DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE

OBJECTIF

Apprendre et échanger sur la diversification alimentaire des bébés tout en travaillant des notions de numératie telles que :

- Des calculs
- Des proportions
- Du poids

MATERIEL

- Un espace confortable pour pouvoir bouger, jouer
- Des chaises (une par personne)
- Des tables
- Un tableau ou paperboard
- Des feutres
- Des séries de cartes avec différents âges : « 1 mois », « 2 mois », « 3 mois », « 6 mois », « 1 an », « 18 mois » (une série par participante)
- Une carte comportant « OUI » par participante
- Une carte comportant « NON » par participante
- Un œuf, des féculents (par exemple du maïs, des pois chiches), une banane, une pomme et un fruit plus « exotique », une photo de poisson, une photo d'une viande
- Des faux billets
- 1 kg de carottes
- Un petit pot carotte

Afin de créer un espace de confiance et de détendre les participantes, commencez toujours avec au-moins un brise-glace

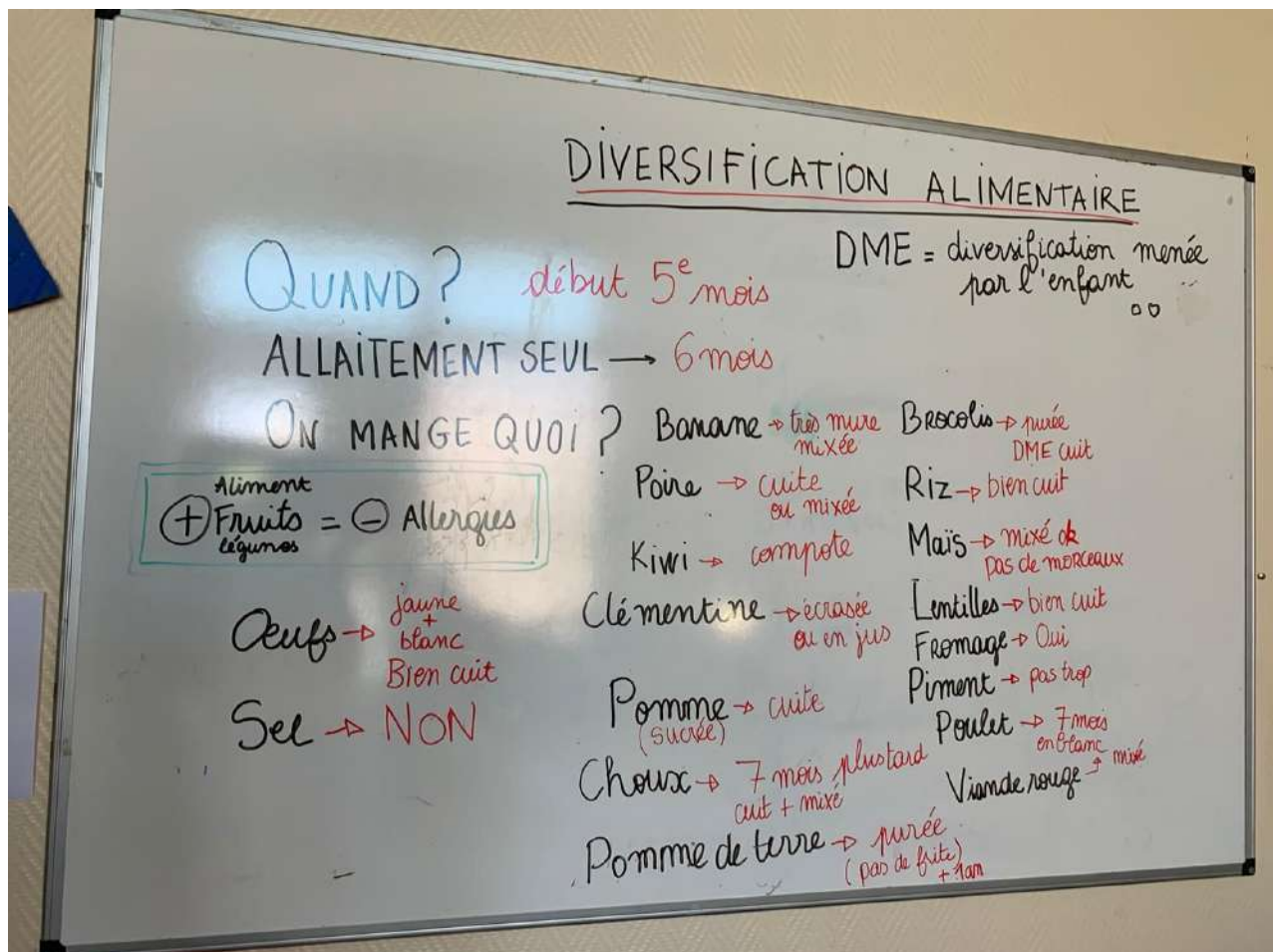
Première partie de l'activité :

- Distribuez à chaque participante une série de cartes avec différents âges « 1 mois », « 2 mois », « 3 mois », « 6 mois », « 1 an », « 18 mois »
- Posez-leur la question suivante : « Quand peut-on commencer la diversification alimentaire ? » (écrivez-la également sur le tableau/paperboard). Invitez les participants à répondre à la question en choisissant l'un des panneaux avec les âges différents qu'elles ont à disposition.

- Après avoir partagé leur réponse, vous pouvez leur expliquer que : Si l'OMS recommande l'allaitement exclusif jusqu'à 6 mois, il peut- être néanmoins intéressant de commencer en parallèle la diversification alimentaire dès 5 mois.

Deuxième partie de l'activité :

- Distribuez à chaque participante 2 cartes, l'une comportant le « OUI », l'autre comportant le « NON »
- Posez-leur la question suivante : Qu'est-ce que les bébés peuvent manger ? » (écrivez-la également sur le paperboard).
- Montrez-leur un aliment (exemple une banane) et invitez-les à voter « oui » ou « non » avec les cartes mises à disposition
- Après le partage des résultats entre les participantes, vous pouvez transmettre vos connaissances.



- Continuez la même séquence mais avec d'autres fruits et légumes (pomme, pomme de terre, carotte, banane, fraises...) et postérieurement vous pouvez leur montrer un œuf, des féculents (par exemple du maïs, des pois chiches), une photo de poisson, une photo d'une viande...

Pour plus d'information : <https://www.ameli.fr/hauts-de-seine/assure/sante/themes/alimentation-0-3-ans/debut-diversification-alimentaire>

Troisième partie de l'activité :

- Distribuez des faux billets à chaque participante
- Posez la question suivante : « Combien coûte un petit pot ? » (montrez le petit pot)
- Invitez les participantes à répondre en utilisant les billets qu'elles ont à disposition
- Puis posez la question suivante : « Combien coûte un kg des carottes ? » (montrez le kg de carottes)
- Invitez les participantes à répondre en utilisant les billets qu'elles ont à disposition
- Invitez-les à comparer le prix, à calculer combien de petits pots elles peuvent préparer avec un kg de carottes, combien elles peuvent économiser
- Vous pouvez continuer l'activité avec les mêmes étapes mais avec un petit pot de purée de pommes et 1kg de pommes

Finir l'exercice

Afin de renforcer les nouvelles connaissances acquises lors de l'atelier, demandez aux participantes de faire un récapitulatif de :

- Toutes les connaissances apprises lors de cette séance
- Prenez quelques minutes pour faire une évaluation à chaud de l'expérience. Vous pouvez leur demander d'exprimer avec leurs corps (comme si elles étaient des sculptures) un mot qui représente comment elles ont vécu l'activité

CONSEILS POUR LE OU LA FACILITATEUR.ICE

Quand vous travaillez sur des aliments que vous possédez lors de la formation (carottes, pommes, petits pots.), n'hésitez pas à les distribuer aux participantes afin qu'elles puissent les toucher, les sentir, et même les manger tout en faisant l'activité.

THÉÂTRE FORUM - DIGITAL

OBJECTIFS

- Stimuler le jeu, le mouvement corporel, l'expression orale et les mises en situations
- Prendre conscience de leurs propres cadres de références culturels concernant l'alimentation et l'éducation des enfants
- Apprendre d'autres codes culturels concernant l'alimentation et l'éducation des enfants
- Développer des compétences interculturelles pour mieux vivre l'éducation des enfants dans un nouvel environnement

MATERIEL

- Un espace confortable pour pouvoir bouger et jouer des scènes
- Des chaises

Commencez toujours avec au moins un brise-glace afin de créer un espace de confiance entre les membres du groupe et de détendre les participantes.

1. Répartissez les participantes au hasard en groupes de quatre.
2. Chaque sous-groupe s'assoit séparément de l'autre sous-groupe dans l'espace.
3. Demandez aux participantes de partager avec les membres de leur sous-groupe, une histoire concernant une situation de choc culturel liée à l'éducation des enfants (alimentation, règles...) à laquelle elles ont été confrontées dans le pays d'accueil : c'est-à-dire une situation où elles ont vécu un décalage important entre leurs attentes, représentations, connaissances et le comportement d'autrui.
4. Après avoir partagé leurs histoires, chaque sous-groupe choisit l'une des histoires partagées entre elles selon ses propres critères :

cela peut être par exemple l'histoire la plus drôle, la plus difficile, la plus surprenante, etc..

5. Une fois que chaque sous-groupe de participantes a choisi son histoire, il doit préparer une scène théâtrale et la montrer aux autres sous-groupes. Pour cela, elles doivent distribuer des rôles, créer une scène théâtrale de cette histoire, préparer ce que chaque rôle racontera et comment il réagira.

6. Elles ont 30 minutes pour partager ces histoires dans leur sous-groupe, en sélectionner une, la transformer en scène théâtrale et répéter la scène avant de la jouer devant le groupe entier.

7. Lorsque le temps est écoulé, le premier sous-groupe commence à montrer la scène théâtrale préparée et les autres participantes la regardent sans interruption.

8. Lorsque la première scène théâtrale est terminée, le public (composé des participantes des autres sous-groupes) est invité à proposer des idées afin que la personne qui a vécu le choc culturel puisse se ressourcer et résoudre la situation difficile.

9. Dès qu'une personne propose une idée ou une stratégie à mettre en place, elle est invitée à prendre la place de la personne qui a vécu le choc culturel et à rejouer la scène théâtrale en y ajoutant cette proposition.

10. Après le jeu avec la proposition ajoutée, les actrices et le public donnent leur avis sur cette variante ou proposent une autre solution.

11. La procédure ci-dessus est suivie pour tous les autres sous-groupes.

Finir l'exercice

Afin de renforcer les nouvelles connaissances acquises, demandez aux participantes de faire un récapitulatif de :

- Toutes les stratégies identifiées et développées lors de cette expérience de théâtre forum.
- Tout ce dont elles ont pris conscience vis-à-vis de leur propre cadre de référence culturelle

- Tout ce qu'elles ont appris de la culture d'accueil ou d'autres codes culturels

Prenez quelques minutes pour évaluer à chaud cette expérience. Vous pouvez demander aux participantes d'exprimer avec leurs corps (comme si elles étaient des sculptures) un mot qui représente la façon dont elles ont vécu l'activité.

CONSEILS POUR LE OU LA FACILITATEUR.ICE

Cette activité permet d'avoir un temps d'échange des connaissances sur le sujet (tant de la part des participantes que des professionnelles), après chaque nouvelle proposition, afin de ressourcer les participantes et de les aider à mieux vivre leur maternité dans un nouvel espace culturel.

ALLAITEMENT

Cet atelier a été préparé en collaboration avec une sage-femme et une puéricultrice afin de sensibiliser les publics – femmes isolées et précaires, avec enfants ou enceintes – à l’allaitement, et à la nutrition du nouveau-né.

On remarque que l’allaitement est assez vite remplacé par le biberon (lait en poudre) après l’accouchement, et particulièrement pour les publics en situation de précarité.

Dans les cas où l’allaitement se passait bien et lorsque les femmes et les enfants ne rencontraient aucunes difficultés liées à l’allaitement (aucun problème particulier de santé pour la mère ou l’enfant, aucun inconfort ou empêchement lié à la logistique que nécessite l’allaitement au quotidien), l’arrêt de l’allaitement semble lié à deux raisons principales :

1. Malgré les recherches plus récentes qui démontrent les multiples bienfaits de l’allaitement, la plupart des femmes sortent de maternité avec un allaitement mixte sur conseil médical.
2. Les femmes en situation de migration et de forte précarité ont elles-mêmes pu faire l’expérience de la faim et sont dans des environnements stressants, ce qui peut accentuer leur inquiétude de sous-alimenter leur bébé. Ainsi le biberon vient rassurer la mère car elle voit la quantité de lait que l’enfant ingère. Pourtant cette stratégie peut comporter des risques de suralimentation et priver l’enfant et sa mère de nombreux avantages de l’allaitement maternel.

Cet atelier vise à réhabiliter l’usage de l’allaitement et ses bienfaits pour l’enfant et la mère.

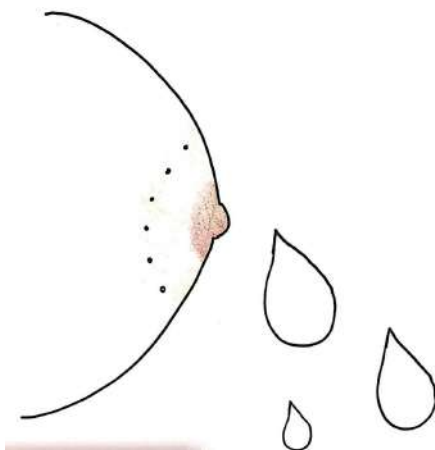
OBJECTIFS

- Sensibiliser des femmes immigrées enceintes (et/ou qui ont des enfants en bas âge) à la nutrition du nouveau-né et à la pratique de l'allaitement à travers la pédagogie multi sensorielle
- Apprentissage des chiffres et de ce qui tourne autour de la numératie en lien avec l'alimentation des nouveau-nés
- Stimuler l'apprentissage et l'usage de la langue française à travers la méthode multi sensorielle
- Stimuler l'entraide entre les participantes

MATERIEL

- de la pâte à modeler
- une noisette, une grosse noix et un œuf (ou d'autres objets de ces tailles)
- des cuillères de différentes propositions (le mieux étant que le contenant en ml soit noté dessus)
- 4 feuilles pour chaque équipe comportant chacune un numéro : 2, 6, 12 et 20
- le dessin d'un sein avec des gouttes de lait (à colorier) pour chaque personne (voir image 1)
- des crayons de couleurs / feutres / peinture (blanc, gris, beige, jaune, orange marron, vert, noir)
- des compte-gouttes
- des biberons
- du lait
- 3kg de pâte à sel
- une balance
- des paquets de couches
- une boîte ou la photo d'une boîte de lait en poudre
- de faux billets imprimés

Image 1



L'activité se présente sous la forme d'une compétition entre plusieurs équipes qui s'affrontent lors d'un questionnaire ou quiz fait de questions touchant au thème de l'allaitement et de la nutrition du nourrisson.

1) Constituez des groupes de 4 personnes qui s'installent chacun sur une table. Ces groupes forment des équipes qui seront en compétition entre elles pour trouver les bonnes réponses aux questions.

Note : L'idée n'est évidemment pas d'évaluer une personne sur ses connaissances ou de favoriser une personne ayant plus de connaissances que les autres sur le sujet, mais bien de créer un enjeu pour faire participer les individus et stimuler l'entraide et le partage d'expérience au sein des groupes.

Si vous sentez que ce serait plus bénéfique aux participantes, recentrer les activités sur la collaboration, sans les mettre en compétition.

2) Différentes questions vont être posées. Donnez bien le temps aux participantes de réfléchir et de se concerter entre elles.

Question 1. Taille de l'estomac

🌀 Quelle est la taille de l'estomac d'un bébé :

- Le 1er jour ?
- Le 4ème jour ?
- Au bout d'une semaine ?

Pour répondre, donnez à chaque participante de la pâte à modeler. Avec celle-ci, elles confectionnent des boules censées représenter la taille de l'estomac du bébé à ces différentes dates.

La personne la plus proche de la taille réelle gagne le point.

→ Réponse 1 :

- 1er jour : taille d'une noisette
- 4ème jour : taille d'une grosse noix
- 7ème jour : taille d'un œuf

Faites bien passer les noisettes, noix et œufs dans chaque groupe pour que les participantes puissent les voir et les toucher, afin de bien se rendre compte de la taille de l'estomac, et donc de la quantité de nourriture dont le nouveau-né a besoin à ces différentes périodes !

À la suite de cet exercice, vous pouvez montrer, grâce à des cuillères de différentes tailles, la quantité de lait nécessaire et correspondant à la taille de l'estomac. Cette démonstration a pour objectif de rassurer les mamans quant aux quantités nécessaires pour nourrir le nouveau-né, car les premiers jours quelques gouttes suffisent !

Le saviez-vous ? Ces toutes petites quantités du premier lait (le colostrum) sont en adéquation avec la taille de son estomac le premier jour. Tous les composants du colostrum sont tout de suite assimilables par le bébé sans risque de surcharge de ses fonctions digestives et rénales encore très immatures (voir questions 3 et 4 pour plus d'informations sur le colostrum).

Question 2. Fréquence pour manger

🌀 Combien de fois par jour le bébé a-t-il besoin de téter ?

- Le 1er jour ?
- Le 4ème jour ?
- Le 7ème jour ?

Les participantes ont sur leur table une série de feuilles comportant les numéros : 2, 6, 12 et 20. En groupe, elles se concertent et lèvent le papier qui correspond au nombre de tétés par jour.

→ Réponse 2 :

Finalement ces chiffres sont approximatifs et diffèrent selon les enfants. Il est important de rassurer les jeunes ou futures mères : lorsque l'enfant a faim, il le fera comprendre. Aussi la quantité de lait présente dans le sein correspond à ce dont il a besoin, et sera produite aussi souvent que nécessaire. Comme quoi, la nature est bien faite !

Avec les chiffres indiqués sur les feuilles, il suffit de sensibiliser les mamans à l'accroissement des quantités du 1er au 7ème jour.

- Le 1er jour: phase très calme. Il faut plutôt stimuler un peu le bébé pour qu'il tète.
- Entre 48h et 96h de vie : de nombreuses tétées (12 ou plus). Le bébé n'a jamais l'air repus.
- 7ème jour : en fonction de chaque mère mais un semblant de rythme s'installe. En moyenne 8 tétées. Il y a plus de tétées le soir que le matin.

Le saviez-vous ? Si le nouveau-né est bien éveillé en salle de naissance, et cherche activement le sein, passé les deux premières heures de vie, il va ensuite beaucoup dormir pendant une vingtaine d'heures. Lors de la 2ème ou 3ème nuit, les tétées vont ensuite s'accélérer pendant la période de la montée laiteuse laissant peu de plages de sommeil pour la mère ; on parle alors de la nuit de la java, nuit quasi blanche pour la maman. Le bébé ne semble jamais complètement repu. Ces nombreuses tétées vont apporter un drainage fréquent des seins, évitant qu'ils ne s'engorgent. Lorsque les mères sont prévenues de ce phénomène, normal et limité dans le temps, elles l'acceptent volontiers.

Dès que la sécrétion du lait (la lactation) est abondante, le rythme des tétées va s'espacer, restant malgré tout très variable d'une mère à l'autre et pouvant aller de 6 à 20 tétées par 24h.

Question 3. Les 1ères gouttes

🌀 Comment s'appelle le liquide qui sort du sein le premier jour ?

Ce peut être un exercice de rapidité, le premier groupe à trouver gagne.

→ Réponse 3 :

Le COLOSTRUM est le 1er liquide produit pour la naissance, il est très important car riche en vitamines, il permet aussi de renforcer le système immunitaire de l'enfant, d'éviter les jaunisses et de se débarrasser des premières selles (méconium).

Question 4. Couleur du colostrum

🌀 De quelle couleur est le colostrum ?

Ici vous distribuez le dessin d'un sein avec des gouttes dessinées qui en sortent (image 1 en annexe) et des crayons de couleurs. Chaque équipe se concerte et peut dessiner une ou plusieurs couleurs.

→ Réponse 4 :

Finalement il n'y a pas de perdante sur cette question car le colostrum peut avoir des couleurs très variées : jaune, marrons, transparent, blanc... et quel que soit sa couleur, le colostrum reste un ingrédient clé qu'il faut donner au bébé ! Quelle que soit sa couleur, ses qualités restent les mêmes. Exposez devant tout le groupe la multitude de couleurs sur les dessins pour bien montrer la variété de couleurs.

Question 5. Quantité de Colostrum

🌀 Quelle est la quantité du colostrum ?

Ici chaque groupe peut utiliser une cuillère et le compte-goutte rempli de lait, pour déterminer la quantité.

→ Réponse 5 :

De quelques gouttes par tétées pouvant aller jusqu'à l'équivalent d'une cuillère à café par tétée, les quantités vont évoluer rapidement. Le deuxième jour chaque tétée représente l'équivalent d'une cuillère à café à une cuillère à soupe ; le 3ème jour, les quantités sont doublées par rapport à la veille et au 5ème jour on arrive en général à 500 ml par 24H.

Ce peut être l'occasion de montrer au compte-goutte la quantité de lait le 1er jour et de remplir également un biberon de 500 ml pour montrer la quantité approximative de lait au bout de 5 jours.

Question 6. Le poids du bébé

🌀 Combien environ pèse un bébé à la naissance ? Et comment son poids évolue-t-il lors des premiers jours ?

Vous pouvez faire passer les 3 kg de pâte à sel enveloppés dans un linge. De main en main, les participantes peuvent sentir le poids du nouveau-né (la plupart des participantes sont surprises par la lourdeur du baluchon que l'on se passe de main en main). Et chaque équipe propose un poids ou une fourchette (entre tel et tel poids).

→ Réponse 6 :

Un nouveau-né pèse en moyenne entre 2,5kg et 4,3kg. Grâce à la balance, pesez la pâte à sel, pour bien montrer au groupe son poids. C'est l'occasion d'expliquer également la perte de poids d'environ 250g au 3ème jour et pouvant aller jusqu'à 7% de perte du poids total du bébé : et c'est normal ! Vous pouvez retirer 250g de pâte à sel pour figurer la quantité visuellement que cela représente (ce peut être assez impressionnant, rassurez-les). Ce moment de perte de poids peut en effet inquiéter la maman. Pourtant c'est tout à fait normal et au bout du 4ème jour la montée de lait augmente et le bébé reprend du poids. Insistez bien là-dessus !

Le saviez-vous ? Au bout du 4ème jour, le bébé doit prendre quotidiennement au moins 25 à 30g par jour. Il peut prendre beaucoup plus ce n'est pas un problème. Moins de 25 g/jour, justifie de revoir l'allaitement.

Question 7. La quantité de couche

🌀 Combien de couches par jours faut-il utiliser :

- Le 3ème jour ?
- Le 7ème jour ?

Distribuez un paquet de couches pour chaque équipe. Les participantes peuvent ainsi manipuler les couches, et mettre de côté le nombre de couches nécessaires pour répondre aux questions.

→ Réponse 7 :

- Environ 1 à 2 couches par jour les 1ers jours
- Puis de 6 à 8 couches par jour au bout d'une semaine (presque après chaque repas)

Le saviez-vous ? Un allaitement qui fonctionne bien dans le premier mois de vie de l'enfant correspond à 3 ou 4 couches avec des selles abondantes et de couleurs jaunes et à au moins 4 ou 5 couches de pipi bien lourdes (équivalent à 45ml en poids, soit 5 à 6 cuillères à soupe d'eau) par jour. Attention, l'absence de selle pendant 24h doit indiquer aux parents d'aller faire peser leur enfant en Centre de Protection Maternelle et Infantile (PMI) !

Question 8. La couleur des selles

🌀 De quelles couleurs sont les selles au cours de la première semaine ?

Donnez aux participantes des feutres de couleurs afin qu'elles puissent poser la couleur qu'elles pensent être la bonne sur une feuille ou sur les couches directement !

→ Réponse 8 :

Les selles et les urines du bébé sont un bon indicateur d'une tétée efficace. Dès la montée de lait, les selles changent de couleur, le méconium collant et verdâtre, parfois noir, laisse place à des selles progressivement abondantes, grumeleuses et jaunes, parfois liquides.

Question 9. Le Biberon et le lait en poudre

🌀 Combien coûte une boîte de lait en poudre ? Combien de temps dure une boîte de lait en poudre ? Et donc combien d'argent dépensez-vous en un mois pour le lait en poudre ?

Montrez une boîte de lait en poudre (ou une photo de la boîte) pour bien vous faire comprendre. Distribuez de la fausse monnaie sur chaque table. Chaque équipe peut faire ses pronostics et se concerter sur le prix. Vous pouvez les accompagner pour faire les calculs pour un mois de dépenses en fonction du nombre de boîtes consommées.

→ Réponse 9 :

Une boîte de lait en poudre coûte environ 16 euros. Donc d'après nos calculs, un mois vous revient à 80 euros.

Question 10. Les bienfaits de l'allaitement

🌀 Quels sont les points positifs de l'allaitement par rapport au biberon ?

Ici chaque équipe à tour de rôle peut donner des propositions.

Dans les réponses possibles :

- Les bienfaits nutritionnels pour l'enfant et son système immunitaire :
- Diminution de la fréquence des cancers du sein et de l'ovaire pour la mère
- Moins de risque d'anémie pour la mère
- Apporte un sentiment de confiance en soi pour la mère
- Perte de poids de la mère au niveau des hanches
- Le plaisir d'allaiter, sentir son enfant, le contact physique
- Être certaine que le bébé ingère les bonnes quantités et éviter une éventuelle suralimentation du nouveau-né
- L'allaitement protège l'enfant des infections gastro-intestinales, des infections ORL, et respiratoires
- Le lait maternel est gratuit, prêt et toujours adapté aux besoins de l'enfant, pas besoin de changer le lait en grandissant

Le saviez-vous ? L'allaitement maternel exclusif sans autre aliment pas même de l'eau est possible jusqu'à 6 mois. Le lait maternel contient tous les nutriments nécessaires au nourrisson. Au-delà de 6 mois, il faudra commencer à diversifier les apports alimentaires tout en maintenant l'allaitement si possible au moins jusqu'à 2 ans (OMS/UNICEF).

Attention à l'effet de groupe dans ces situations :

L'idée ici est évidemment de donner envie aux mères de pratiquer l'allaitement, aussi longtemps que possible. Mais si une mère préfère le biberon quelle qu'en soit la raison, il s'agit aussi de respecter son choix. (Il se peut que certaines personnes n'osent pas dire qu'elles préfèrent le biberon, ne veulent pas allaiter ou souhaitent le faire uniquement durant une période limitée. Il ne faut pas oublier que ces femmes évoluent dans une société où les mères sont très souvent critiquées pour leur choix concernant leur enfant, il est tout à fait possible que certaines aient honte de ne pas ou plus vouloir, ou de ne pas pouvoir, allaiter.).

Pour contrebalancer ce risque, vous pouvez aussi lister ensemble les avantages du biberon :

- La mère est plus indépendante, et le biberon peut être donné par l'autre parent ou des proches
- La mère s'attache aussi à son enfant en donnant le biberon (on lit beaucoup que le lien d'attachement est plus fort quand la mère allaite)
- Vous pouvez visualiser les quantités de nourriture ingérée
- L'allaitement selon les lieux et contextes culturels est plus ou moins accepté ou jugé ! Le biberon peut aussi permettre à la jeune mère de ne pas s'exposer aux remarques, regards et jugements des autres.
- Le biberon est plus simple à mettre en place : l'enfant n'a pas de mal à téter, la mère n'est pas confrontée à certaines difficultés de l'allaitement (on peut rassurer en rappelant qu'elles sont gérables et peuvent être évitées par plusieurs solutions)
- Permet au deuxième parent de s'investir pleinement en donnant le biberon, cela peut permettre à la mère de se reposer, faire des démarches etc.
- Peut aussi apporter un sentiment de confiance en soi à la mère qui apprend à gérer les quantités de lait à donner à l'enfant etc.
- Sentir son enfant d'une autre façon, pas forcément aussi physique/proche (tout le monde n'aime pas ça)
- La succion au biberon est différente de celle au sein

D'autres activités peuvent être ajoutées en fonction des peurs exprimées par les mères :

- Certaines croient souvent que leur lait maternel n'est pas "assez riche" à cause de leur alimentation très peu diversifiée (dans le cas de personnes vulnérables par exemple) ou disent que leur lait n'est fait que d'"eau".

Or la qualité du lait n'est pas impactée par l'alimentation de la mère lorsqu'elle est peu nutrie, et le lait maternel est aussi composé d'énormément d'eau.

On peut alors imaginer un atelier lors duquel les femmes peuvent mélanger de l'eau et du lait dans des verres pour essayer de reconstituer la teneur de lait dans un sein classique, d'allaitement en "bonne santé", et conclure en disant qu'elles ont toutes raisons : le lait maternel est en grande partie composé d'eau, surtout au début de la tétée, puis est peu à peu gorgé de plus de lait. Avoir l'impression de ne donner que de l'eau est alors normal et absolument pas problématique, mais sain pour le nourrisson qui reçoit toute son hydratation de l'allaitement.

Finir l'exercice

Proposez aux participantes de poser des questions, de partager des expériences personnelles concernant l'allaitement.

CONSEILS POUR LE OU LA FACILITATEUR.ICE

- N'hésitez pas à maintenir l'exercice plus longtemps si vous sentez que cela est nécessaire pour l'une ou plusieurs des participantes.
- Si jamais l'esprit de compétition pour gagner des points à chaque étape n'est pas au rendez-vous ce n'est pas grave ! Le plus important sont les conversations entre les femmes, qu'elles puissent illustrer leurs réponses à partir de leurs expériences personnelles et valoriser leurs connaissances.
- Ce n'est pas grave si des participantes ne devinent pas les réponses, les autres pourront les aider à les découvrir.
- Écrivez tous les mots et les chiffres sur un tableau pour permettre aux participantes de mieux les visualiser.

COLOPHON

Taste of Fusion Learning est un projet cofinancé par le programme Erasmus + de l'Union européenne. Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui n'engage que ses auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qu'elle contient.

Cofinancé par le
programme Erasmus+
de l'Union européenne



Manuel écrit par Elan Interculturel
Cécile Stola, Théo Dupont & Morgane Boidin

Nous remercions tous les partenaires pour leurs tests et
leurs retours,



D'Antilles et D'Ailleurs
Fort-De-France, Martinique (France)



CESIE
Palermo (Italie)



DIGMUN
Ceuta (Espagne)



élan interculturel
Elan Interculturel
Paris (France)

Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation du contenu, qui reflète uniquement le point de vue des auteurs, et la Commission ne peut pas être tenue responsable de toute utilisation qui pourrait être faite des informations qu'elle contient.

